

APÊNDICE XV AO ANEXO I

REQUISITOS PARA VERIFICAÇÃO DOCUMENTAL DE ATLETAS DE ORIENTAÇÃO CATEGORIA HOMENS 20 ANOS ELITE (H20E)

NOME: _____

1 – Para compor a nota dos Requisitos para Verificação Documental de Atletas de Orientação será realizado um Teste de Aptidão Física (TAF-i) composto por 2 (dois) testes práticos :
- Teste de Cooper: correr 12 minutos em uma pista atletismo plana de 400m. Pontuação na Tabela de Índices do Teste de Cooper.
- Percurso de Orientação: será realizado em ambiente de floresta na região metropolitana do Estado do Rio de Janeiro. Pontuação da Tabela de Índices do Teste Prático de Orientação.

O Percurso de Orientação será de acordo com o regulamento da Federação Internacional de Orientação (IOF). O índice 1 será da atleta que completar o percurso de acordo com regulamento da IOF e que obtiver o menor tempo e assim sucessivamente para todas classificadas.

2 - Será eliminado do processo seletivo o voluntário que não obtiver no mínimo o índice 4 da Tabela de Índices do Teste de Cooper ou não comparecer ao Centro de Educação Física Almirante Adalberto Nunes (CEFAN), situado na Av. Brasil - nº 10590 - Penha – Rio de Janeiro - RJ, nos dias e horas determinados abaixo:

Teste de Cooper: A concentração será até as 08h30 do dia 07 de janeiro de 2025.

Percurso de Orientação: A concentração será até as 08h30 do dia 08 de janeiro de 2025.

TABELA DE ÍNDICES DO TESTE DE COOPER				
Prova	Índice 1	Índice 2	Índice 3	Índice 4
Teste de Cooper (medidas em metros)	Acima de 3200	de 3199 até 3000	de 2999 até 2800	de 2799 até 2700
Pontuação Máxima	5 pontos	4 pontos	3 pontos	2 pontos
Pontuação Obtida (a ser transferida para o ITEM A7)				

TABELA DE ÍNDICES DO TESTE PRÁTICO DE ORIENTAÇÃO				
Prova	Índice 1	Índice 2	Índice 3	Índice 4
Percurso de Orientação	Menor tempo.	Até 2 minutos após o menor tempo.	Até 4 minutos após o menor tempo.	Acima de 6 minutos após o menor tempo
Pontuação Máxima	5 pontos	4 pontos	3 pontos	2 pontos

Pontuação Obtida (a ser transferida para o ITEM A8)				
---	--	--	--	--

Os critérios abaixo selecionarão as atletas de acordo com a posição, preenchendo a vaga a que possuir maior número de pontos:

Item	REQUISITOS PARA O ATLETA	Pontuação Máxima	Pontuação Obtida	Documento de Comprovação
A1	Ter sido classificado no Campeonato Brasileiro 2024, na categoria H20E, Será considerada a classificação em qualquer dos percursos Sprint, Médio ou Longo, individualmente. - 1º lugar: 10 pontos - 2º lugar: 7 pontos - 3º lugar: 5 pontos. - 4º a 5º lugar: 2 pontos.	10 pontos		Declaração da Confederação Brasileira de Orientação (CBO)
A2	Ter sido classificado no Troféu Sudeste de orientação, na categoria H20E, Será considerada a classificação em qualquer dos percursos Sprint, Médio ou Longo, individualmente. - 1º lugar: 10 pontos - 2º lugar: 7 pontos - 3º lugar: 5 pontos. - 4º a 5º lugar: 2 pontos.	10 pontos		Declaração da CBO ou da Federação
A3	Ter sido classificado no Copa Sul de Orientação 2024, na categoria H20E, Será considerada a classificação em qualquer dos percursos Sprint, Médio ou Longo, individualmente. - 1º lugar: 10 pontos - 2º lugar: 7 pontos - 3º lugar: 5 pontos. - 4º a 5º lugar: 2 pontos.	10 pontos		Declaração da CBO ou da Federação
A4	Ter sido classificado em qualquer uma das Etapas de Campeonatos Estaduais, na categoria H20E, no ano de 2024. Será considerada a classificação em qualquer dos percursos Sprint, Médio ou Longo, individualmente. - 1º lugar: 10 pontos - 2º lugar: 7 pontos - 3º lugar: 5 pontos. - 4º a 5º lugar: 2 pontos.	10 pontos		Declaração da CBO ou da Federação

A5	Ter sido classificado em qualquer das Etapas de Campeonatos Metropolitanos ou Municipais, na categoria H20E, no ano de 2024. Será considerado a classificação em qualquer dos percursos Sprint, Médio ou Longo, individualmente. - 1º lugar: 10 pontos - 2º lugar: 7 pontos - 3º lugar: 5 pontos. - 4º a 5º lugar: 2 pontos.	10 pontos		Declaração da CBO ou da Federação
A6	Melhor posicionamento no ranking da Confederação Brasileira de Orientação (CBO), na categoria H20E, no ano de 2024: - 1º ao 3º lugar: 20 pontos. - 4º ao 6º lugar: 15 pontos. - 7º ao 12º lugar: 10 pontos.	20 pontos		Declaração da CBO
A7	Pontuação obtida na Tabela de Índices do Teste de Cooper.	5 pontos		
A8	Pontuação obtida na Tabela de Índices do Teste Prático de Orientação.	5 pontos		
	TOTAL	80 pontos		

Data: __/__/202__.

AVALIADORES

Nome, Posto e Assinatura

Nome, Posto e Assinatura

Nome, Posto e Assinatura